

DAFTAR PUSTAKA

- Afriliyanto. Agus. 2013. *Modul Pelaksanaan Konseling*. Kudus: Yayasan Manbaul Falah.
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Beck, Aaron T. 1976. *Cognitive Therapy and The Emotional Disorders*. Terjemahan oleh Khairul Bariyyah. 2009. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chandra, Budiman. 2010. *Pengantar Kesehatan Lingkungan*. Jakarta: EGC
- Chaplin, JP. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Choirul, Ilham. 2015. *Kesehatan Masyarakat*. Bandung: Bumi Pustaka
- Corey, Gerald. 1999. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikotes*. Bandung: PT Refika Aditama.
- _____. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Cristi, Chintia Diana. 2013. *Penggunaan Strategi Cognitive Restructuring (CR) untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas X-TSM (Teknik Sepeda Motor)-1 SMK Negeri 1 Mojokerto*. Skripsi (tidak diterbitkan). Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Djarmiko, Ardianto Ariyo. 2001. *Psikologi Kesehatan dan Jiwa*. Jakarta: Bumi Aksara
- Gamping, Srikandi. 2004. *Penelitian Studi Kasus*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hapsari, Harmita. 2008. Susahnya punya anak bangun pagi. *Ayahbunda*. Hal 51.
- Hendrarso dan Emy Susanti. 2011. *Metode Penelitian Sosial*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Kasiram, Moh. 2006. *Metodologi Penelitian: Refleksi Pengembangan Pemahaman dan Penguasaan Metodologi Penelitian*. Malang: UIN Maliki Press.
- Komalasari, Gantina. 2011 *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Kurnia, Lia Sepda. 2012. *Teori Belajar Behavior dan Pembelajaran*. Malang: UMM Press.
- Latipun. 2010. *Psikologi Eksperimen (Edisi 2)*. Malang: UMM Press

- Lubis, Petti dan Nugraheni, Mutia. 2010 (13 Juli). Efek Negatif Bangun Siang. *Kompas*. hal 36.
- Margono. 2000. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Mayasari, Ina. 2012. *Paranoid “Ketakutan yang Menghantui.”* Yogyakarta: Fatamorgana Publisher
- Miraldi, Erwin. 2012. *Pola Hidup Sehat Dimulai dari Rumah*. Jakarta: Gramedia.
- Noviandi, Nur. 2005. *Pendidikan Karakter Sesuai dengan Kurikulum 2013*. Jakarta: Gramedia
- Paskarona, Narendra. 2010. *Pola Kebiasaan yang Mempengaruhi Kesehatan*. Depok: Universitas Gunadarma Press.
- Patton, Michael Quinn. 2006. *Qualitative Education Methods*. Beverly Hills: Sage Publication.
- Poerwandari, E. K. 2005. *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia (Edisi Ketiga)*. Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Prasetyaningrum, Juliani. 2005. *Psikologi Perkembangan II*. Surakarta: Universitas Negeri Surakarta Press.
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2011. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Enterprise
- Rahayu, Iin Tri dan Ardani, Tristiadi Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia.
- Santoso, Seno. 2001. *Hidup Sehat (Pengantar Psikologi Kesehatan)*. Jakarta: PT. Indeks
- Saputro, Iwan. 2010. *Hubungan antara Insomnia dan Depresi pada Lanjut Usia di Kecamatan Mergangsan Yogyakarta*. Jurnal. Jakarta: Asosiasi Institusi Pendidikan Ners Indonesia.
- Setyoadi. 2011. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Siregar, Herman. 2011. *Insomnia*. Jakarta : Binarupa Aksara.
- Sudrajat, Akhmad. 2008. *Terapi Realitas*. [online]. (<https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/07/14/terapi-realitas/>) diakses pada tanggal 11 April 2016.

- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Supardi. 2013. *Aplikasi Statistika dalam Penelitian (Konsep Statistika yang Lebih Komprehensif)*. Jakarta: Change Publication
- Supriyatna, Mamat. 2003. *Konseling Kelompok. Wawasan Konsep, Teori dan Aplikasi dalam Rentang Sepanjang Hayat*. Bandung: Universitas Pendidikan Bandung
- Surya, Muhammad. 2003. *Teori-teori Konseling*. Bandung: Bani Quraisy.
- Suwandi. 2002. *Pendidikan Kesehatan Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Taufik, Ali. 2004. *Teori Belajar Behavioristik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Usman, Husaini dan Akbar, Purnomo Setiady. 2008. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara
- Walgito, Bimo. 2004. *Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi.
- _____. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Yosep, Iyus. 2009. *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.